

10 BENEFÍCIOS DA AMAMENTAÇÃO

1. Amamentar diminui risco de câncer de mama: As mulheres que amamentam seus filhos por mais de seis meses têm menos chances de desenvolver câncer de mama.

2. Desenvolve o sistema imunológico do bebê: O leite materno protege o organismo do bebê contra infecções, como as otites e as infecções intestinais, evitando assim as diarreias.

3. Ajuda no desenvolvimento da fala: A posição da boca nos mamilos estimula os pontos articulados, responsáveis pela produção dos fonemas (sons).

4. Estimula o crescimento e o desenvolvimento adequado da musculatura oral: A musculatura oral adequada resultará em um bom desenvolvimento da respiração, deglutição, mastigação e fala.

5. Diminui o risco de alergia: Crianças alimentadas no peito da mãe têm menos risco de terem asma. Crianças que, desde cedo, tomam o leite de vaca aumentam a probabilidade de se tornarem alérgicas, pois as proteínas desse leite estão associadas à dermatite, rinite, sinusite e amigdalite.



Foto gentilmente cedida pela enfermeira Helene Diógenes, amamentando seu filho Zandro.

6. É o alimento mais completo para o bebê: A mãe não precisa se preocupar em complementar a alimentação. Nem ao menos se preocupar em oferecer água. A amamentação feita no peito faz com que o bebê receba toda a nutrição que ele precisa para obter um crescimento saudável.

7. Evita doenças futuras: Um bebê amamentado no peito pode evitar, durante sua vida, algumas doenças como a obesidade, o diabetes e a hipertensão.

8. Difícilmente o bebê terá anemia: A concentração de ferro no leite materno é bem maior que a encontrada em qualquer outro tipo de leite.

9. Evita cólicas: O leite materno tem proteínas que são facilmente digeridas pelo organismo do bebê. Isso não acontece com o leite de vaca, que tem proteínas de difícil digestão.

10. Fortalece o vínculo mãe e bebê: O contato com a mãe, pelo aleitamento materno, faz com que o bebê se sinta mais seguro e tranquilo, evitando o choro e a ansiedade.



Seção de Saúde



TRT16-MA